みわちゃんさんのプロフィール

お気に入りに追加

猫と食べ物が大好きな電脳ライター　ペンネームは「みわよしこ」

プロフィール 最終更新日: 2013/07/11 編集

はてなID neko-yashiki

ニックネーム みわちゃん

一行紹介 猫と食べ物が大好きな電脳ライター　ペンネームは「みわよしこ」

自己紹介
- 写真

http://d.hatena.ne.jp/neko-yashiki/20070815#p2

- 好きなもの

猫、布団、コタツ(冬季限定)、おいしい食事、おいしい酒、音楽、写真、絵、バレエ(2007年あたりまでは無理やりバーレッスンだけこなしてたけど現在は無理)、UNIX系OS、部品が剥き出しになっているボード、自主制作映画・単館上映映画、小さなライブハウス、サブカル系のイベント、普通には思いつかないような発想、大げさでないこと、分かりやすい言い方、自然に知的好奇心をそそるもの、果物でいえばリンゴ

- 嫌いなわけではないもの

犬

- やるのが当たり前だと思っているもの

読書(ジャンル不定)、音楽(聴く方はジャンル不定、プレイするのはヴァイオリンとピアノと自分の声帯)←プレイするのは2008年ごろを最後にやってません。

- なんとなくやってしまうもの

短歌を作ること(そっちでは「遠山那由」さんです)←2007年を最後にやってません。

- 苦手なもの

数字の勘定、共感を求められること、甘く味付けした惣菜、果物でいえばパイナップル

- 嫌いなもの

地震、スカート、ヒールのある靴、オフィスの空調、権威ばったこと・格式ばったこと、持って回った言い方、仕向けられること、陰湿な雰囲気、噂話、おいしくない食べ物、おいしくない飲み物

- 略歴

はてなキーワード「みわ　よしこ」をご参照ください。

- ヘンな持ち物

障害者手帳(身体(二級)、精神(一級→2012年2月に二級。精神の手帳の級ってなんなんだよ))

- 障害に関して(2010.6.15現在)
  - 概略

身体障害は、下肢+上肢の運動障害。特に遠位(末端)ほど動きにくい。障害者手帳取得時(2007年)の診断名は「末梢神経障害」。
精神障害は統合失調症。40歳ごろ、病歴を振り返ってみたら「どうも幼少時に発病していたらしい」ということが判明。治癒の見通しはなさそうなので、腹をくくって精神障害者手帳を取得した(2007年)。ビョーキとの付き合いは長いので、それなりの折り合いはついている。

  - 原因

不明のまま。原因障害不明だが運動障害はある状態。医師の総合的判断と運動能力に関するデータによって身体障害者手帳取得が可能になった。口の悪い友人たちは「猫に食べさせるマタタビを自分が食べて腰を抜かして歩けなくなったのだろう」などと言っている。「マタタビの食べ過ぎによる運動障害」は、面白いので気に入っている。なお、私はマタタビを食べたことはない。ウチの猫たちはあまりマタタビが好きではないし。

  - 身体能力

みわちゃんさんの使っているサービス

ポイント送信

みわちゃんさんのフレンド (1)

- 上半身
  - 肩関節

四十肩だけど問題なく動く。

  - 肘関節

負荷をかけた状態で曲げることは難しい。ただ、曲げた状態で負荷をかけて屈曲を維持することはできる。10kgくらいの荷物を肘に引っ掛けて一瞬持ち上げることくらいは可能。「腕を上げ続ける」は、肘関節から先の「上げる」の維持が難しいので無理。

  - 手首関節

肘関節と同様だが、耐えられる負荷は3kgw程度と思われる。車椅子の手動運転は、頑張って一日300mといったところ。

  - 指関節

掌と指の間の関節→第二関節→第一関節　の順で力が入らない。ちゃんと測ったことはないけど、第二関節＋第一関節はkgw単位は無理。親指は比較的動きやすく力も入れやすい。ちょっと力が必要な動作のほとんどは、「親指の先と人差し指の第二関節の間」「親指と人差指の付け根」といった場所でこなしている。パソコンのキーボードなどは「指を斜めに使う」「手首を振る」「指を曲げて関節で押す」などの工夫を行って操作。

- 下半身

膝の屈伸を利用しない立ち上がり、数十秒の立位維持、すり足*1・歩幅20-30cm程度での数mの歩行（転んだら立ち上がるのが大変なので、転倒防止のための支持に使えるものが何か必要。壁・柱・床においた車椅子・積み上げた段ボール箱　など）、クラッチ利用での5-10m程度の歩行。たとえば「キャットフードの入ったプラ容器を持って数歩の移動をする」は、「ぐらっと来たらそのプラ容器を持ったまま親指の付け根で何かを押さえて転倒防止できる」といった条件で可能。この様子はたとえば　http://www.ustream.tv/recorded/7667691　で見ることができる。2010年3月に車椅子に座位維持装置を導入、5月に同じ仕組みのある車椅子を導入し、歩行動作はかなりやりやすくなった。やりやすくなっても、この程度。ちなみに、この日はものすごーく体調がよかった。そうではない日は、この半分くらいのスピードで動くのがやっとだったり、とかする。

- 体幹

特に障害はないが、背もたれのない場所での座位維持・ベッドからの起き上がり　が時に困難。

- 精神障害

統合失調症に関する一般的な説明は、メルクマニュアルを参照のこと。
http://mmh.banyu.co.jp/mmhe2j/sec07/ch107/ch107b.html
ただ、私の場合は陰性症状の方が大きい。というより、ほぼ陰性症状「のみ」。幻聴は「ときどきあるけど、まあいつものことだし」という感じで慣れている。具体的な声や音であったりすることもあるし、音が歪んで聞こえるといったことであったりもする。会社などで権力抗争に巻き込まれた場合、「これからこいつ攻撃してやる」という周囲の意図が幻聴として聞こえたりすることもあるので、便利。

- 自分を受け入れる職場等（もしあれば）に、精神障害に対してお願いしたい配慮

精神障害のある人を受け入れる職場に関する一般的な注意が参考になると思われる。統合失調症に関しては、たとえばこちら。
http://www.atarimae.jp/column/togo/04/index.html
ただし、職業経験を失っている人・職業能力を伸ばす機会を失った人に対する解説であることに注意。このページにある
「1・手順が決まっている　2・マイペースでできる　3・接客がない、または決まった手順で接客ができる、　4・フルタイムではなく短時間の仕事」
を自分の場合に読み替えると、
「1・ゴールとゴールに対してすべきことが決まっている　2・心身ともの調子のムラに応じて、低調な時は低調なりに進めることができ、「朝令暮改」「恣意的に振り回される」といったことがない　3・人間関係が「何でもあり」「アナーキー」ではなく、ある程度の秩序が保たれている　4・対人関係も含めて、環境をある程度は自分でコントロールできる仕事（仕事時間そのものの長短はあまり問題ではない）」
となる。

- 自分の精神障害に対して必要な配慮

睡眠、食事、身体清潔、安全の確保。ストレス発散手段の確保。耐え難い状況におかれたときにSOSを発信する手段・SOS発信の自由の確保。通院時間の確保、向精神薬利用に関する理解(「飲めば副作用も出る」「症状の重い時には強い薬が必要で副作用も強い」程度でも)。
悪化した場合の理想的な対処は、すぐに数日の休養をとること。しかし、いつも実行可能とは限らないため、向精神薬で鎮静しつつ通常の職業生活その他を続行しつつ、復旧を目指すことになる。復旧した後には「欠陥状態」と呼ばれる虚脱状態が数ヶ月続く。
最も必要な配慮は、悪化の防止。悪化したら数ヶ月使い物にならなくなるので、非常に困る。実際に非常によく起こることは、私が統合失調症であることを利用した攻撃。「妄想の可能性がある」を利用して、統合失調症の妄想によくみられる盗聴などを実際に行うなど。「本人の妄想だ」と主張すれば済むと思われているわけである。最も避けたいのは、このようなことである。

- 利用している補装具

電動車椅子(手動兼用型)、ロフストランドクラッチ(2本)。そこらへんにある通常の家庭用品等の自助具としての利用・手順を工夫することによる自助　は数えきれず。

- 受けている公的支援

電動車椅子の公費支給、介護給付(ヘルパー派遣)30時間/月、障害基礎年金(一級、年金不納付期間があったため減額あり。当たり前の話だけど、納付していたから受けられたのです)、地方自治体の障害者手当(税金を払うほどの収入があったら納税してます)、医療費免除(保険料は払ってます)。他に施設のショートステイもあるが、利用していない。
年金・手当に「いいなあ」という羨望をぶつけられることがよくあるのだが、補装具類の自己負担・障害のために必要となる調査等のコストを考えると「ちっともトクしていない」というのが実感。公費の範囲は本当の最低ラインなので、身体を痛めつけず職業生活のベースとして使える車椅子を入手するためには、20万円ほど上乗せしなくてはならなかった。障害のために失う職業機会の分は、年金＋手当てを所得補償に使わざるを得ない。このようなことを考えた時に、年金や手当はまだ羨望の対象になりうるか、冷静に考えてほしい。

- ヘルパーさんにお願いしていること

掃除＋片付け、洗濯物を干すこと(濡れて絡まった衣類をほどくのは自力では無理なため)、入浴時の洗髪・背中洗い、大量の調理(米を一度に5合炊くなど)を行った場合の容器への小分け(内容物の入った鍋を持ち上げること・容器へ小分けする動作の反復　が難しいため)、鍋や食器を洗うこと(調理と違って指先の力や巧緻性が必要なので難しい)、足の爪切り、ゴミ出し、通販等で購入したものを箱から出して箱を捨てる。
*1: 正確には「すり足」ではないのだけど、なんと言い表せばよいか分からないです。「足を上げてふつうに歩く」は無理。

Twitter miwa_chan